



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 19.03.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Физиология физкультурно-спортивной деятельности**

(наименование учебной дисциплины)

**Блок: базовый (Б1.О)**

**Модуль теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**1. Цель и задачи дисциплины**

Цель: Цели и задачи освоения дисциплины

Целью курса физиологии физического воспитания и спорта является изучение физиологических закономерностей функционирования клеток, органов и систем организма в целом при адаптации к физическим нагрузкам, физиологических особенностей занятий отдельными видами спорта в условиях разнообразных факторов внешней среды.

Задачи дисциплины:

- изучить физиологическую характеристику и классификацию физических упражнений.
- изучить физиологическую характеристику состояний организма при спортивной деятельности.
- выяснить особенности механизмов адаптации организма человека к мышечной работе в различных климатогеографических условиях.
- определить возрастные, половые и индивидуальные различия способностей человека для обоснования норм и характера двигательной активности в спортивно-массовой работе.
- изучить физиологические основы утомления и восстановительные процессы при мышечной работе.
- изучить физиологическую характеристику некоторых видов спорта
- освоить навыки и умения использования физиологических знаний в практической деятельности при организации учебных и тренировочных занятий, планировании и проведении физкультурно-оздоровительной работы.
- научиться оценивать результаты профессиональной деятельности, диагностировать и прогнозировать физическое состояние занимающихся физической культурой и спортом.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина "Физиология физкультурно-спортивной деятельности" входит в Модуль теоретико-методических основ физической культуры и спорта, код: Б1.О.07.01.

**3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Изучение дисциплины "Физиология физкультурно-спортивной деятельности" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций:

**ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний**

**ПК-6 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности**

**4. Структура дисциплины**

**Общая трудоемкость дисциплины.**

4 зачетные (-ых) единицы (-ы) (144 ч.), включая промежуточную аттестацию.

<b>Формы контроля.</b>
Зачет
<b>Содержание дисциплины.</b>
Тема 1. Введение в физиологию спорта. Предмет и задачи физиологии физического воспитания и спорта. Методы изучения. Место физиологии физического воспитания и спорта в цикле медико-биологических дисциплин.
Тема 2. Физиологические состояния организма при спортивной деятельности. Понятие физической работоспособности. Изменения работоспособности в процессе работы. Предстартовое состояние. Разминка. Вербатывание. Устойчивое состояние. «Мертвая точка» «Второе дыхание». Утомление. Восстановление..
Тема 3. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений применительно к требованиям вида спорта. Общая характеристика движений в спорте. Положение тела (позы) спортсмена. Циклические движения. Ациклические движения. Движения качественного значения. Ситуационные (нестандартные) спортивные движения.